

Formação de Instrutores de Respiração e Presença

Plano de Curso



A Formação integra diferentes instituições e professores especializados para oferecer uma abordagem completa sobre a ciência da respiração, sua aplicação terapêutica e sua dimensão humana e integrativa.

Academia da Respiração

Responsável pela concepção e coordenação da Formação, integra ciência da respiração, prática e metodologias transformadoras para preparar instrutores capazes de atuar com ética, segurança e profundidade.

Aulas com **Mateus Dounis** sobre:

- Os 8 Pilares do Jeito Certo de Respirar
- História e Filosofia da Respiração
- A Bioquímica da Respiração
- O Poder da Respiração na Saúde Física
- O Poder da Respiração na Saúde Emocional e Mental
- Neurociência e Psiconeurofisiologia da Respiração
- A Arquitetura da Coerência
- Aplicações e Abordagens Terapêuticas
- O Papel Social da Respiração
- Ética e Atuação Profissional
- A Jornada de Mudanças Através da Respiração
- A Nova Era da Saúde Integral

Instituto de Educação Respiração Terapêutica

Apresenta o método Respiração Terapêutica, oferecendo fundamentos clínicos e um sistema estruturado para aplicação segura dos exercícios respiratórios.

Aulas com **Maria Eugênia Anjos**, sobre:

- Anatomia Respiratória
- Fundamentos da Respiração Terapêutica
- Aprofundamento e prática das técnicas de respiração alta, média, baixa e completa
- Estudo e prática das variações respiratórias
- Indicações de uso da Respiração Terapêutica
- Contextualização da Terapia Respiratória
- Dinâmica Respiratória com movimentos amplos
- Respiração Meditativa
- Respiração com Percussão
- Respiração e Direcionamento de energia

Formação de Instrutores de Respiração e Presença

Plano de Curso



Unipaz – Universidade Internacional da Paz

Contribui com sua visão transdisciplinar ancorando a dimensão da Ecologia da Presença, ampliando a compreensão da respiração dentro de uma perspectiva integrativa do ser humano.

- Ecologia da Presença, com **Roberto Crema**
- Ecopsicologia e a Arte da Presença, com **Regina Fittipaldi**
- O Sopro e a Presença, com **Vivian Amarante**

Professores convidados

A presença dos professores convidados integra de forma orgânica a proposta pedagógica da Formação, contribuindo para o aprofundamento formativo e ampliando o repertório, discernimento e consciência crítica dos participantes. Até o momento, temos confirmadas as seguintes participações:

- **Dr. Fábio Gabas**, com aula sobre Respiração, Coerência e Consciência
- **Dr. José Ruguê**, com aula sobre Respiração e Ayurveda
- **Victor Leão**, com aula sobre Neurociência do Olfato

Continuidade e acompanhamento após a certificação

Após a certificação, os participantes permanecem por mais 12 meses em um ciclo de acompanhamento e aprofundamento, que tem como objetivo apoiar a consolidação do conhecimento, o amadurecimento da prática e o desenvolvimento da atuação profissional. Durante esse período realizaremos encontros mensais ao vivo, estruturados em três eixos principais:

1. **Estudos de caso e tira-dúvidas:** espaço para discutir situações reais, esclarecer dúvidas e aprofundar o discernimento clínico e pedagógico.
2. **Atualizações científicas:** apresentação e discussão de estudos, descobertas e perspectivas relacionadas à ciência da respiração e à autorregulação.
3. **Encontros com professores convidados:** conversas e aulas especiais com profissionais de diferentes áreas que dialogam com o campo da respiração, ampliando o repertório conceitual e prático dos participantes.

Esse período de acompanhamento busca garantir que a formação não seja apenas um processo de aprendizado, mas também um espaço contínuo de desenvolvimento, integração e amadurecimento profissional.